

11

Под кран.
Правила
умывания
лица



21

Арбуз
с белорусской
дачи



26

Антистрессовая
гимнастика



ПСИХОЛОГИЯ

6 Точка опоры
топливо для мотивации

8 Ситуация
неделимая любовь

КРАСОТА

10 Фигура
похудеть без диет



12 Уход
минута для очищения



14

Гвоздь
в яблоке от анемии

ЗДОРОВЬЕ

15 Гинеколог
как прогнать аиста

16 Актуально
«кошка» против
ишиаса

ЛЮБИМЫЙ ДОМ

18 Кухня
чай с орехами

22 Среда обитания
антисоветы дачника

ДОСУГ

25 Такие дела
муж на выдумку
хитёр

27 Экспертный совет
кому подняли пенсии

Письмо редактора

Муж летом в хозяйственном порыве соорудил шкаф с открытой системой хранения для умных кухонных помощников, потому как в гарнитур они уже не помещались. Ну и стали мы в него этих самых помощников красиво выставлять: блендер, миксер, кофемолка, кофеварка, хлебопечка, вафельница, тостер, соковыжималка, аж две (!) мультиварки... Оглядела я по-хозяйски утварь и порадовалась: это ж сколько всего в мире придумали, чтобы мы дома так не уставали и разгружали свой быт! А потом подумалось: часто ли я техникой пользуюсь? Не переоценили ли мы её, поведясь на рекламу? Вот мультиварка: вроде как должна упрощать готовку и экономить время. Каким образом, если всю утомительную и времязатратную работу (почистить, разделить и нарезать продукты) приходится делать ручками? По сути, это просто кастрюля с таймером, и в этом тебе никак не поможет. Да и не особо-то я люблю вкус еды из неё. Так что использую изредка и разве что как рисоварку. Или вафельница: пару раз в ней вафли испекла, и как-то они мне не зашли. Теперь жарю сырники и блинчики на сковородке. А соковыжималка? Яблоко у нас нет. Что-то там из полусухого апельсина может раз и выдавили. Помню, возни много, сока мало, да ещё и отмывать прибор, как, впрочем, и все остальные, — это ад. Регулярно у меня работают разве что кофемолка с кофеваркой. Вот и спрашивается: зачем столько денег вбухиваем в то, что потом по большей части стоит в шкафу? Добавьте к этому ещё чудо-фен с пятью насадками, из которых насаживаю только одну, потому как надобности в других не вижу. И электрический маникюрный аппарат для удаления кутикулы, которую по-прежнему удаляю щипчиками. Ну и других прибрлуд в доме хватает. Уверена, у вас тоже. А самый приколы, что в этом номере мы тестируем беспроводные зарядки к телефонам (с. 23), и я уже не прочь купить такую! Надо же идти в ногу со временем. Н-да... Хотя ведь всё равно ни черта они нас не разгружают. И мы устаём при наличии и мультиварки, и пылесоса, и стиральной машины. Устаём не от готовки, стирки и уборки, а от бешеной скорости, с которой сегодня нужно принимать решения и выполнять задачи. Такие вот дела.

ЛАРИСА ЗИНЬКЕВИЧ